KOBIETA w DOMU i SALONIE

-GAZETA PORANNA SWOIM CZYTELNICZKOM-

Nr. 197. **Dodatek tygodniowy do Nr. 9019 z dnia 23 października 1929.**

Pod redakcją JANINY PEŁEŃSKIEJ.

Pogadanka.

Jak zachować radość życia i zdolność do czynu.

Lwów, 22 października.

W poprzedniej pogadance mówiłyśmy o mrokach, które czasem powoli i niepostrzeżenie — a czasami nagle i bezpośrednio po blasku i jasności, opanowują nasze wewnętrze „ja". — W dążeniu do wykrycia sprzymierzeńców, którzy ułatwiają tym niepożądanym gościom przystęp do naszej duszy, znalazłyśmy takie czynniki, jak niedomagania fizyczne i moralne. — I uznałyśmy, że tym czynnikom wypowiedzieć trzeba walkę, aby ocalić tę jasność słoneczną, która stanowi największe dobro istnienia, tę radość życia, do której mamy wszyscy nie tylko prawo, ale nawet obowiązek. Zgorzkniałość bowiem i znechęcenie jest jak zaraźliwa choroba — udziela się otoczeniu, szerzy szkodliwy i zgubny defetyzm.

A zatem dbałość o swoje zdrowie fizyczne i moralne, pozwalające nam, zachować zawsze pogodne na świat spojrzenie i wiarę w piękno i dobro istnienia, powinna być pierwszem naszem przykazaniem. Najlepszą zaś i najpewniejszą drogą do osiągnięcia tego celu będzie ta, której wskazanie, nieprzestarzałe mimo lat upłynionych, dały nam słowa Asnyka: „Z żywymi naprzód iść, po życie sięgać nowe"... Twórczy udział w życiu na miarę sił i zdolności, najlepiej rozprasza chmury z horyzontu naszej duszy i jest najlepszem remedium przeciw zwątpieniom i zniechęcenia...

I wielką prawdę zawiera aforyzm myśliciela francuskiego, że za wszystkie niedomagania egzystencji ziemskiej wynagrodził Bóg ludzi, dając im pracę. Stałe dążenie do wytkniętego celu, wypełnienie życia zajęciami, absorbującemi nasze myśli, jest najświeższem, najzdrowszem źródłem zadowolenia.

Ale przy całej swojej słuszności, zasada ta wymaga przecież pewnego krytycznego nastawienia, pewnego umiaru w zastosowaniu do poszczególnych wypadków. Niema bowiem w żadnej dziedzinie środków uniwersalnych, któreby można zawsze i do wszystkich jednakowo stosować, bez indywidualizowania każdego wypadku.

I tu właśnie należy zwrócić szczególniejszą uwagę na to zastrzeżenie, które wypowiedziałam już wyżej: — „w miarę sił i zdolności".

Poślednie małe ptaszę, o wątłych skrzydłach, nie może aspirować do wzlotu na wyżyny, dostępne tylko królewskim ptakom, a wszelki wysiłek, by im dorównać, byłby tylko zmarnowaniem energji, mogących starczyć na celowy lot na krótką metę. Bo jednak praktyczna ekonomja, na której opierają się prawidła życia, kaze nie zawsze tylko mierzyć siły na zamiary, ale niekiedy ustalać zamiar, według sił. Dzisiejsza organizacja życia podstawia raczej na miejsce bajecznego czynu Wyrwidęba czy innego Herkulesa, akcję zbiorowości, zestrzeloną ku jednemu celowi...

Nie każdy jest zdolny do jednej miary wysiłku, a zbyt nieopatrzne szafowanie ze swej skarbnicy, bez policzenia jej zawartości, może tylko doprowadzić do przedwczesnego bankructwa. Dlatego nie dość jest mieć pragnienie udziału w żywem życiu; trzeba ten udział jeszcze tak ustosunkować, aby wyszedł on na jak największy pożytek dla ogółu i na największą radość dla nas samych.

I tu pozwolę sobie zwrócić na jedno uwagę. — Mimo, że hasłem i dewizą naszych czasów jest wieczna młodość, że słowo „starość" i „starzenie się" wyeliminowała dzisiejsza ludzkość ze swego słownika, że dziś są tylko młodzieńcy i młódki 20-letni i młodzieńcy i młódki 60-letni, to w istocie rzeczy natura nie wyrzekła się swych praw, choćby nawet poczyniła największe koncesje co do czasokresu w zużywaniu się każdego organizmu żywego.

Dlatego, mimo wszystko, pozostanie nonsensem wyobrażenie, że człowiek — mniejsza o to — kobieta, czy mężczyzna, — posiada te same siły, tę samą wytrzymałość organizmu, i tę samą sprawność przez całe życie: — w pierwszej młodości, w wieku dojrzałym i w latach późniejszych. — Zapewne, przez trening fizyczny i moralny, można te siły w sobie wyrobić, można je utrzymywać ale tylko do pewnej granicy.

Z tego wynika, że jakkolwiek dziś zniknął przedział, który dawniej był tak rygorystycznie przeciągnięty między młodymi i starymi, który zwłaszcza kobiecie w pewnym — bardzo zresztą wówczas wczesnym już wieku — nie pozwalał pod grozą śmieszności, czy zgorszenia, udziału w rozrywkach, sportach, ćwiczeniach cielesnych i wogóle pozostawanie na arenie życia, usuwając ją poza nawias, to jednak prawa biologiczne nie zmieniły się, pozostały te same.

Na co może sobie pozwolić bez szkody dla siebie pierwsza młodość, to w pewnym etapie naszej drogi życiowej, jest już nadmiernym wysiłkiem. — A sygnałem ostrzegawczym takiego przekroczenia granicy są właśnie owe stany zniechęcenia, owe mroki w duszy, o których mówiłam poprzednio.

Powstają one właśnie zazwyczaj wtedy, gdy spostrzeżemy, że to, co dawniej przychodziło nam łatwo, bez trudu, dziś nas nuży i wytęża: — jakaś dłuższa tura piesza, trudniejsza partja górska, noc spędzona bezsennie, tańce, zabawa — a niemniej wielogodzinna praca umysłowa czy fizyczna, którą poprzednio pokonywałyśmy łatwo...

Wtedy niejedna z nas doznaje nagłego wstrząśnienia, jakby rozdarła się przed nią zasłona, odkrywając dotychczas dyskretnie ponure ciemnie...

— Jakto?... już?... Już przychodzi ten skłon, już nie jestem zdolna do niczego, już wszystko mnie męczy i nuży?...

A w ślad za tem, w miejsce wczorajszego jeszcze, zbytniego rozmachu, przychodzi odrazu upadek wiary w siebie, upadek woli i chęci do czynu...— Bardziej jeszcze szkodliwy, bardziej jeszcze nieusprawiedliwiony, niż poprzedni, nadmiar zaufania i pewności.

W tym zatem momencie powinna przyjść do głosu trzeźwa, chłodna krytyka. Powinnyśmy sobie powiedzieć: — nie jestem dwudziestolatką, i nie mogę mieć pretensji do sprostania na każdem polu młodzieńczemu rozmachowi, ale z tego nie wynika, abym odrazu, z dziś na jutro kompletnie zniedołężniała. Posiadam zato przed młodemi walory doświadczenia, wyrobienie życiowe, a to, przy należytej ekonomji w używaniu swych sił, może wyrównać tamten ubytek.

I trzeba zrobić dokładny przegląd swoich zasobów fizycznych i moralnych, jakoteż przegląd wartości, jakie możemy przynieść życiu. Do rezultatu tego przeglądu zastosujmy nasze życie, zmodyfikujemy rozrywki i wysiłki cielesne, aby jak najwięcej zyskać dla tego, co najcenniejsze, dla naszej żywotności i tężyzny duchowej. Nie przemęczajmy się wyścigiem z młodymi w dziedzinach, w których oni z naturalnego porządku rzeczy mają pierwszeństwo i przewagę, — abyśmy mogły dorównać im kroku w pochodzie ku wielkim celom, aby nam nie brakło sił na piękną pracę.

Taka mądra ekonomja zebezpieczy nas od przypływów zniechęcenia, zachowa nam prawdziwą młodość, płynącą z nieumniejszonej radości i miłości życia.

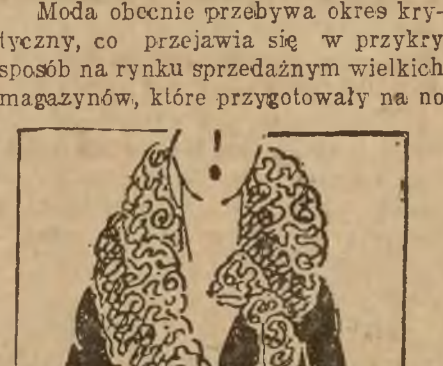
J. P.

Z dziedziny mody.

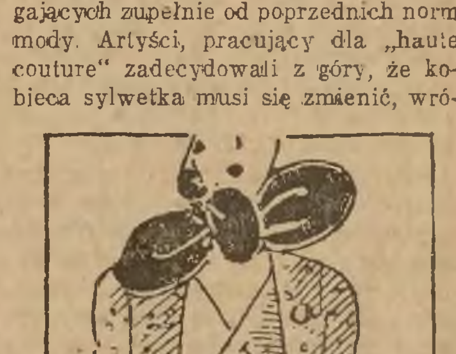
Zrewolucjonizowane Paryżanki.

Paryż, w październiku.

Moda obecnie przebywa okres krytyczny, co przejawia się w przykry sposób na rynku sprzedażnym wielkich magazynów, które przygotowały na nowy sezon całą kolekcję modeli, odbiegających zupełnie od poprzednich norm mody. Artyści, pracujący dla „haute couture" zadecydowali z góry, że kobieca sylwetka musi się zmienić, wrócić do okrągłości kształtów i wyraźnie zaznaczonych linji, że należy zerwać z pokazywaniem masowem nietylko nóżek, ale i kolan kobiecych, a przywrócić ów czar tajemniczości, który sprawiał elektryzujące wrażenie w świecie męskim, na widok koniuszka bucika, wychylającego się z fałdów szaty niewieściej.



Kołnierz astrachanowy, zakończony kokardą z astrachanu.



Krawata futrzana.

Tak zadecydowano, nie licząc się jednak z tem, czy druga strona, dla której są przeznaczone te wszystkie nowości, przyjmie je i zaakceptuje. I oto stało się, że tylko mała liczba niewiast z tych, które się liczą z opinją wielkiego świata i równie tutaj decydującego świata galanterji i akceptowała nowy styl. Większość klijentek urządziła coś w rodzaju strajku, znajdującego swój wyraz w bardzo małym popycie na nowe kreacje mody.

Po czyjej stronie leży wina? Bez-



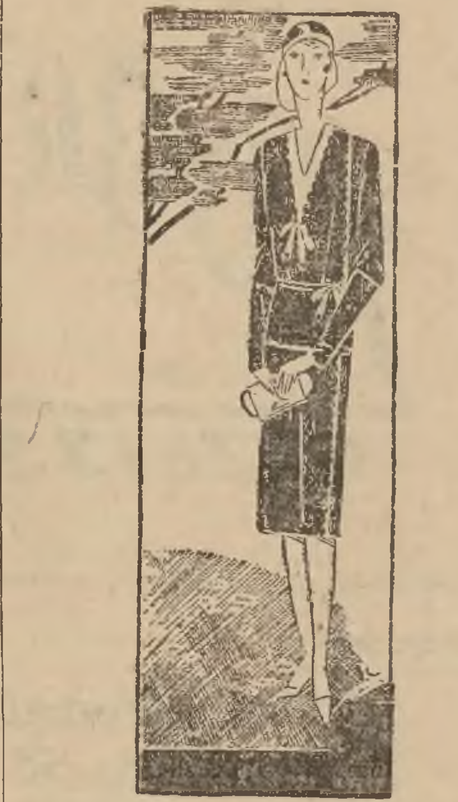
Oryginalna toaleta balowa z wysokim stanem i fantazyjnie zaaranżowanem przybraniem.



Strojna toaleta wieczorowa. Okrycie z białego jedwabiu haftowanego perełkami i strasami przybrane gronostajami. Suknia z muślinu jedwabnego.



Kostjum z ponsowej krepy wełnianej przybranej czarnem futrem.



Suknia spacerowa z velours

wątpienia twórcy mody przeholowali. Pragnieniem ich było to, co się nazywa: „epater le bourgeois" a właściwie „epater les etrangers". Bo jest rzeczą powszechnie wiadomą, że Paryż tworzy dziś nie tyle dla siebie, ile dla obcych, że jest wielkim dostawcą elegancji dla zagranicy, a przedewszystkiem dla Ameryki. Ponieważ zaś prostota stroju ostatnich lat sprawiła, iż Ameryka poczęła u siebie wytwarzać te modele, co groziło poważną stratą przemysłowi konfekcyjnemu francuskiemu, przeto postanowiono stworzyć rzeczy skomplikowane, takie, z którychby tylko wyrafinowany smak francuski i francuska wyrafinowana wytworność wykonania mogły wyjść zwycięsko. A więc suknia długa, o misternych rzutach fałdów, krótki stan, fantazyjność, doprowadzona do zenitu, szczegóły i szczególiki, o niesłychanem zróżniczkowaniu i wyrafinowaniu.

Tymczasem okazało się, że sprawa została przechytrzona, że zamało liczono się z duchem czasu. Nowe kolekcje znalazły tylko dość chłodne przyjęcie ze strony nabywców zagranicznych, natomiast paryżanki, po powrocie z ferji letnich, całkiem je zdezawuowały. — Zmiana była zbyt gwałtowna i wyglądała raczej na nieudałą maskaradę. To też elegancki świat francuski odrzuca systematycznie nowe modele i zamawia suknie, będące kopją lat poprzednich.

Paryżanki nie chcą za żadną cenę porzucić tych prostych, szykownych kostjumów, nadających im pewne męskie zacięcie, które tak trafnie symbolizują aktywność współczesnego życia. Nie chcą niemniej wyrzec się tych krótkich sukien, które nadawały im cechy młodzieńczości, nie godzą się na to, żeby dzięki nowemu kierunkowi mody, miały w przeciągu kilku tygodni postarzeć się o lat dziesiątki. — A jeśli czegoś nie przyjmą Francuski, to już niechybnie odrzucą to „etranżerki", których najwyższą dumą jest dorównać Paryżance, być do niej bliźniaczo podobną.

Jakim więc będzie koniec tej rewolucji w świecie mody? Do dziś oba obozy nie godzą się na kapitulację, czemu nie można się dziwić, jeśli się zważy, jakim nakładem kosztów zostały stworzone wszystkie te nowe kreacje. Jednak według wszelkiego prawdopodobieństwa twórcy mody ustąpią. Nie można walczyć przeciwko opinji publicznej. Bo moda, jakkolwiek jest stworzona dla elity, to jednak musi się liczyć z masą.

A więc nastąpi zapewne odwrót. Fantazyjne kreacje i długie suknie utrzymają się przez pewien czas w dziedzinie strojów luksusowych, na sali balowej i w wytwornych środowiskach towarzyskich, chociaż i tutaj nie zapanują niepodzielnie. Na ulicę, w zastosowaniu praktycznem, nie mówiąc już nawet o sportach, utrzymają się nadal suknie krótkie, choć może już nie tak bardzo „outrages", jak były w ostatnich czasach. Niemniej nierówne obwody sukien utrzymają się w sezonie zimowym tylko przy sukniach wizytowych, zaś suknie na ulicę zachowają równy obwód, za czem przemawiają względy estetyczne. Wydłużenia bowiem i nierówności wychylające się z pod płaszcza, wywołują ujemny efekt i dlatego nie mogą się utrzymać.

Tak zatem, mimo złej opinji, jaką ma w świecie moda, okazuje się, że kieruje się ona przecież zdrowym sensem i nie da sobie narzucić reguł, nie odpowiadających warunkom życia.

Nina.

Z hygjeny i pielęgnowania urody.

Co to jest wól i jak się go pozbyć?

Lwów, 22. października.

W poprzednim artykule, mówiąc o gruczole tarczykowym i jego czynnościach, zajmowałyśmy się szczegółowo zmianami, znanemi pod nazwą „choroby Basedowa".

Nienormalne funkcjonowanie gruczołu tarczykowego nie zawsze jednak przejawia się w tej formie. Istnieje jeszcze inna choroba, pozostająca w związku ze stanem tego gruczołu, a mianowicie tak zwany popularnie „wól".

Jakkolwiek i przy chorobie Basedowa gruczoł tarczykowy się powiększa i występuje na zewnątrz jako zgrubienie i zniekształcenie szyji, jednak nie można tego identyfikować z wolem. — Gdy bowiem przy chorobie Basedowa występuje nadmierna ilość wydzielin, powodujących następnie niekorzystne zmiany i zaburzenia w całym organiźmie, to przy zwyczajnym wolu rzecz się ma wprost przeciwnie. W tym wypadku gruczoł tarczykowy nietylko nie wydziela zbyt wiele soków, ale przeciwnie wydziela ich zbyt mało. Zachodzi tu właśnie nadmierna i nieprawidłowa wybujałość tkanek, przeszkadzająca wydzielaniu się hormonów. Tkanki te są nieczynne i tak, że nieraz przy leczeniu tej choroby trzeba właśnie sztucznie hormony doprowadzać.

Charakterystyczne przytem jest to, że właśnie w okolicach, gdzie wól jest chorobą nagminną, jak w Szwajcarji, Bawarji, Tyrolu, a także w niektórych okolicach Karpat, choroba Basedowa występuje tylko bardzo rzadko.

O ile choroba Basedowa sprowadza bardzo szkodliwe skutki dla zdrowia całego organizmu i z tego powodu niezależnie od względów kosmetycznych musi być nader starannie leczona, to wól przeważnie jest raczej błędem kosmetycznym, który dla zdrowia nie ma zgubnych następstw. Niemniej nie można go zaniedbywać, gdyż pozostawiony sam sobie powiększa się nieraz do wprost potwornych rozmiarów, tak, że jedynie do usunięcia go pozostaje droga operacyjna.

Lepiej jest jednak nie dopuścić do rozrośnięcia się wola, co przy odpowiedniem leczeniu zazwyczaj się udaje. Skutecznie tutaj działa kuracja jodowa, która wpływa na zmniejszenie rozbujałych tkanek. Ponieważ zaś łatwiej jest zapobiegać chorobie, aniżeli leczyć już rozwiniętą, przeto i w tym wypadku, jeśli tylko spostrzeżemy podejrzany obrzęk na szyji, należy zwrócić się do lekarza, aby zbadał jego naturę. Leczenie solami, zawierającemi jod, szczególniej w wieku młodym, przynosi bardzo dobre rezultaty. Tego rodzaju kuracje, zwłaszcza w zdrojowiskach solankowo-jodowych, jako środek prewencyjny są bardzo wskazane dla dzieci, nietylko dla ewentualnego zapobieżenie powstaniu wola, ale także rozbujałości innych gruczołów, zwłaszcza limfatycznych, co u dzieci jest częstym objawem.

Na zakończenie trzeba zrobić jedną uwagę: nie należy zaniedbywać choroby, jeśli się ją zauważy choćby w początkowem stadjum. Z drugiej strony jednak trzeba unikać przesady i nie alarmować się lada jakiemś chwilowem obrzmieniem szyji, gdyż to mogłoby doprowadzić do szkodliwej hypochondrji.

Alfa.